Steirisch "WOKEN"- schnelle Gerichte aus dem Wok

Sie möchten sich gesund und schmackhaft ernähren, ohne viel Aufwand? Dann tun Sie es wie die AsiatInnen: Kochen Sie im Wok! Aus frischen Zutaten mit aromatischen Kräutern und Gewürzen lassen sich im Wok knackig-bunte Mahlzeiten zubereiten. Im Wok gelingt alles fettarm, einfach und blitzschnell. Erlernen Sie die Grundtechniken des Pfannenrührens, die Schnitttechnik und passende Kombinationsmöglichkeiten von Gemüse zu Fleisch oder Fisch. Minutenschnell werden Gerichte ganz nach Ihren Wünschen frisch kreiert - Ihrer Fantasie sind keine Grenzen gesetzt. Ein Genuss für Nase, Augen und Gaumen.

Information

Kursdauer:	4 Einheiten
Kursbeitrag:	50,00 € TN-Beitrag
Fachbereich:	Gesundheit und Ernährung
Mitzubringen:	Kochschürze

Verfügbare Termine

© 2026 - lfi.at